

# ਮਾਪਿਆਂ

# ਲਈ ਸੁਝਾਅ



In case of any discrepancy between the English version and the ethnic minority language version, the English version shall prevail.

Punjabi(Indian)

## ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਖੇਡਣ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

### ਕਠੋਰ ਅਤੇ ਲੜਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ

- ਖੇਡਣ ਵਾਲੀ ਕੁਸ਼ਤੀ
- ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਗਲੇ ਮਿਲਣਾ ਅਤੇ ਕੁਤਕੁਤਾੜੀਆਂ ਕਰਨਾ
- ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੌੜਨਾ

### ਉਸਾਰੂ ਖੇਡਾਂ

- ਲੇਗੋ
- ਕਲੇਅ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ
- ਬਲਾਕ

### ਨਾਟਕੀ ਖੇਡ

- ਰਸੋਈ ਘਰ ਖੇਡਣਾ
- ਨਾਇਕ ਬਣ ਕੇ ਖੇਡਣਾ
- ਨਾਟਕ

### ਨਿਯਮਾਂ ਵਾਲੇ ਖੇਡ

- ਸ਼ਤਰੰਜ
- ਤਾਸ਼
- ਬੋਰਡ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ

ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਮਾਪੇ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?

### Praise

ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰੋ, ਤੁਰੰਤ ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਿੱਚ

### Reflect

ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਰਥ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰੋ

### Imitate

ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰੋ; ਜਿਵੇਂ ਬੱਚਾ ਖੇਡਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੇਡੋ

### Describe

ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

### Enjoy

ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ



## ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਧਾਰਣਾ

### ਫਿਨਲੈਂਡ

- ਸਿੱਖਣਾ ਦਿਲਚਸਪ ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਬੱਚੇ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਣ, ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਣ

### ਜਰਮਨੀ

- ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਡੇ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ "ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਹੀ ਜਿੱਤਣ" ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਖੇਡੋ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾ ਕਰਨ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲਗਾਵ ਲਈ ਆਪਣਾ ਮੁੱਖ ਸਮਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਓ
- ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਕਾਰਜਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਬੰਧੀਐਸ ਉਤੋਜਿਤ ਕਰੋ
- ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
- ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹੋ



# ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਕਿਵੇਂ ਸਿਖਾਈਏ

## ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ

- ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਓ
- ਪ੍ਰਤਿਕ੍ਰਿਆ ਅਤੇ ਜਿਗਿਆਸਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ

## ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨਾ

- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ
- ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਉਪਕਰਨ, ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
- ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ-ਸਹਾਇਕ ਰਵੱਈਆ ਰੱਖੋ

## ਸਹੀ ਸਹਾਇਕ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਸਹਾਇਤਾ

- ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਪਰ ਵਾਸਤਵਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਟੀਚੇ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੋ
- ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
- ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਨੂੰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ

## ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁਨਰ

- ਜੁਬਾਨੀ / ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਗਿਆਨ
- ਤਰਕਸ਼ੀਲ / ਗਣਿਤਿਕ
- ਵਿਜ਼ੁਅਲ / ਸਥਾਨਿਕ
- ਸਰੀਰਿਕ / ਕੋਨਸਥੈਟਿਕ
- ਸੰਗੀਤਕ / ਤਾਲ
- ਅੰਤਰ-ਨਿੱਜੀ / ਸਮਾਜਿਕ
- ਅੰਤਰ-ਵਿਅਕਤੀਗਤ / ਸਵੈ-ਪ੍ਰਤੀਭਾਸ਼ਾਲੀ
- ਕੁਦਰਤੀ

## ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਕੰਮ

- ਸਵੈ-ਨਿਯੰਤਰਣ
- ਕੰਮ ਸੰਬੰਧੀ ਯਾਦਾਸ਼ਤ
- ਮਾਨਸਿਕ ਫੈਲਾਅ



# ਸਕਰਾਤਮਕ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ: ਵਿਕਾਸ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਤੁਲਨਾ ਦੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

## ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਮੁੱਖ ਅੰਕ

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਓ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਵੈ-ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਵਿਹਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਢੰਗਾਂ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

## ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਦੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ

### ਸਮੱਰਥਨ ਅਤੇ ਪਿਆਰ

- ਇੱਕੱਠੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ
- ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਨਾ
- ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਕੇ ਸੁਣਨਾ

### ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣਾ

- ਵਰਗੀਕਰਨ ਨਾ ਕਰੋ
- ਦੋਸ਼ ਨਾ ਲਗਾਓ
- ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਅਪਣਾਓ
- ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਓ

### ਵਾਸਤਵਿਕ ਉਮੀਦਾਂ

- ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰੋ
- ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ
- 6-ਪੜਾਅ ਵਾਲੀ ਯੋਜਨਾ

### ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਜਬੂਤ ਬਣਾਉਣਾ

- ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰੋ
- ਤੁਰੰਤ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰੋ
- ਕੁਦਰਤੀ ਨਤੀਜੇ
- ਤਰਕ ਸੰਬੰਧੀ ਨਤੀਜੇ



# ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

## ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਹੀ ਸੰਕੇਤ

- ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮੱਰਥ
- ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ-ਜੁਲ ਕੇ ਰਹਿਣਾ
- ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ
- ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੂਚੀ
- ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮਝ

## ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਚਿਤ ਉਮੀਦਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੋ

- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸਮਝੋ
- ਸਮਝਣ, ਭਾਵਾਤਮਕ ਅਤੇ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪਲੈਟਫਾਰਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਨਾ ਕਰੋ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ
- ਸਪੱਸ਼ਟ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹੋ
- ਸਕਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਣੋ
- ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਉਪਲੱਬਧੀਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰੋ
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ

